【編輯手札】

森林之心

編輯組

常常，審校完「森林回憶錄」專輯，從法耘出版社出來，暮色已昏黃。沿著圍牆外開滿山芙蓉的小徑走過，只見由白轉紅的山芙蓉合起花瓣睡了，踏進寮房，一回首，整座山已陷入一片漆黑。

山裡的夜總是來得特別快。除了案前一盞微光，舉目望去，四野幽暗如墨，像隱藏著一個巨大的秘密，充滿著未知。總可聽見風吹過樹林的聲音，間或夾雜著蟲鳥的鳴叫及樹葉掉落地上的巨響，迷路的青蛙與偌大的蜘蛛也常赫然出現眼前……。

又深又黑的夜，置身在人煙稀少的山野，難免令人感到孤寂、不安……，而那些終其一生都在森林雲遊的泰國森林僧呢？當他們遠離了人群，停止了對外在事物的追求，所面對的就是一個廣袤的森林及自己的心了。

頭陀僧在森林中的第一個挑戰，與其說是老虎與野象，不如說是恐懼吧！他們必須時刻保持警覺與專注，即使與那些龐然大物不期而遇，也要不忘修持，以定力去除執著，並以慈心相對。此外，墓地經驗也是頭陀生涯不可或缺的訓練，塚間鬼影、林

中野獸所帶來的危險與死亡的威脅，同樣使頭陀僧感到害怕，但在內心恐懼的關鍵時刻，只有勇敢對治，全然專注於法之中，才能獲得心靈真正的自由與深沉的寧靜。

其次，頭陀僧所遇到的困境便是身體的病痛。在毫無醫療設施的叢林，一旦四大不調、罹患疾病，只得先尋求傳統療法，若無效，他們會用幾世紀來由老師口傳下的禪定方法來自我治療。最重要的是，他們必須學習坦然接受病痛，藉此看清苦的真相。

性欲，也是每一個頭陀僧必須面對的，要調伏這種與生俱來的欲望，並非易事。每當雲遊的頭陀僧遇見村落婦女時，便得考驗正念是否堅固了。練習在感官與外境接觸之際，看清欲望的生滅，洞察無常與空，可幫助頭陀僧從性欲中解脫。

對頭陀僧來說，恐懼、痛苦與欲望，隨時都可能向他們宣戰。不可諱言的，有不少人戰敗了，但仍有頭陀僧戰勝了自己。是什麼讓他們擁有源源不斷的勇氣、智慧與毅力，向迎面而來、無所避免的困境挑戰？答案是來自「法」的力量。由於對佛法的深信與修習，他們克服環境與內心的障礙，不斷地在法的道路上精進。這種野地的訓練遠比研讀經典還來得艱困，然而，走入森林，踐行頭陀生活，仍是每位頭陀僧不悔的抉擇。因為他們知道如果永遠依賴朋友、老師、團體，是無法得到智慧的。

深山黑夜裡，想起那些泰國森林深處努力超越自己、淨化生命的偉大心靈，內心不由得感動：修行不是神秘，也非一蹴可幾，需要點滴累積的功夫，《森林回憶錄》中阿姜曼等十位頭陀僧，用血汗交織的修道歷程，啓發了我們修行的珍貴與可能。